



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

傳薪五十



靈火燎原

2024.04.15 【不滯於物】

你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌。(若 6:27)

宗 6:8-15

詠 119:23-24, 26-27, 29-30

若 6:22-29



默想：

今天福音中群眾努力追逐尋找耶穌，為了要吃餅，他們的希望是吃飽。今天的人也努力尋求食物，而且有更多層次的需求。在已經吃得飽的地方，為的是享受。KOL 發掘美食，烹飪大師的示範都大受歡迎。「手機先食」的習慣，更或多或少反映出享受之外的一種自豪的成就感。

自己算是個饞嘴的人，有幾次與朋友去旅行，定了地點後便會先搜尋高評價的食店。有時感覺用了太多時間，被美食牽著鼻子走了。早前讀關於千禧年代真福卡洛阿庫蒂斯的事跡，原來他習慣每到一處地方，首先查問教堂在那裡。這令我汗顏。和聖人的對比，就在主耶穌的教訓：「你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌」(若 6:27) 且看讀經一，斯德望是為了「操管飲食」而被選出來的執事，然而他沒有把自己局限在為那可損壞的食糧勞碌上，他為了主耶穌，在公議會上為主作證。

生活在世上，物質的需求是不能缺少，可能也不必要很多。最近身體有點小毛病，須要戒口，走動也較少。發覺要習慣吃少一點香口味濃的東西，小點四處走，在生活上也沒多大影響，反而更能靜心下來讀經祈禱。如果能夠不太記掛於物質上的追求，將更多精力用在得救的事情上，與天主建立深厚的關係，為主的福音而努力，定能收獲更多。師主篇有這麼一句：「事物纏繞著我時，我就不能任意高飛」(師主篇 31) 現在有點明白了。

我的祈禱：

主耶穌，請你幫助我看出世上物質的有限，走向不滯於物，以你為中心的成聖之路。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英)

電郵：_____

地址：_____

電話：_____ 日期：_____



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



宗徒大事錄 6:8-15

(他們敵不住斯德望的智慧，因為他是藉聖神說話。)

斯德望充滿恩寵和德能，在百姓中顯大奇蹟，行大徵兆。當時，有些稱為「自由人」會堂中的人，以及基勒乃和亞歷山大里亞人的會堂的人，還有些屬基里基雅和亞細亞會堂的人，起來同斯德望辯論；但是他們敵不住他的智慧，因為他是藉聖神說話。

於是他們便慫恿一些人，說：「我們聽見他說過褻瀆梅瑟和天主的話。」他們又煽動了百姓、長老和經師，一同跑來，捉住了他，解送到公議會。他們並設下假見證，說：「這人不斷地說反對聖地和法律的話，因為我們曾聽見他說：這個納匝肋人耶穌要毀滅這個地方，並要改革梅瑟給我們傳下的常例。」所有坐在公議會的人都注目看他，見他的面容好像天使的面容。——上主的話。

聖詠 119:23-24,26-27,29-30

【答】：遵行上主法律的人，是有福的。

領：上主，判官雖為反對我而開庭，你僕人仍默思你的章程，因為你的誠命是我的喜樂，你的典章是我的謀士。【答】

領：我陳明我的行徑，你便垂聽了我，今再懇求你用你的章程教訓我；請指給我你約法的路徑，我要沉思你的奇妙工程。【答】

領：求你不要使我走錯誤的道路，求你恩賜我常遵守你的法度。我選定了真理的途徑，我矢志服從你的諭令。【答】

聖若望福音 6:22-29

(你們不要為那些可朽壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌。)

那時候，留在海對岸的群眾，看見只有一隻小船留在那裏，也知道耶穌沒有同他的門徒一起上船，只有他的門徒走了一一然而從提庇黎雅有別的小船來到了，靠近我主祝謝後，人們吃餅的地方——當群眾一發覺耶穌和他的門徒都不在那裏時，他們便上了那些小船，往葛法翁找耶穌去了。當群眾在海對岸找著他時，就對他說：「辣彼！你什麼時候到了這裏？」

耶穌回答說：「我實實在在告訴你們：你們尋找我，並不是因為看到了神蹟，而是因為吃餅吃飽了。你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌，即人子所要賜給你們的，因為他是天主聖父所印證的。」他們問說：「我們該做什麼，才算做天主的事業呢？」耶穌回答說：「天主要你們所做的事業，就是要你們信從他所派遣來的。」——上主的話。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英)

電郵：_____

地址：_____

電話：_____ 日期：_____